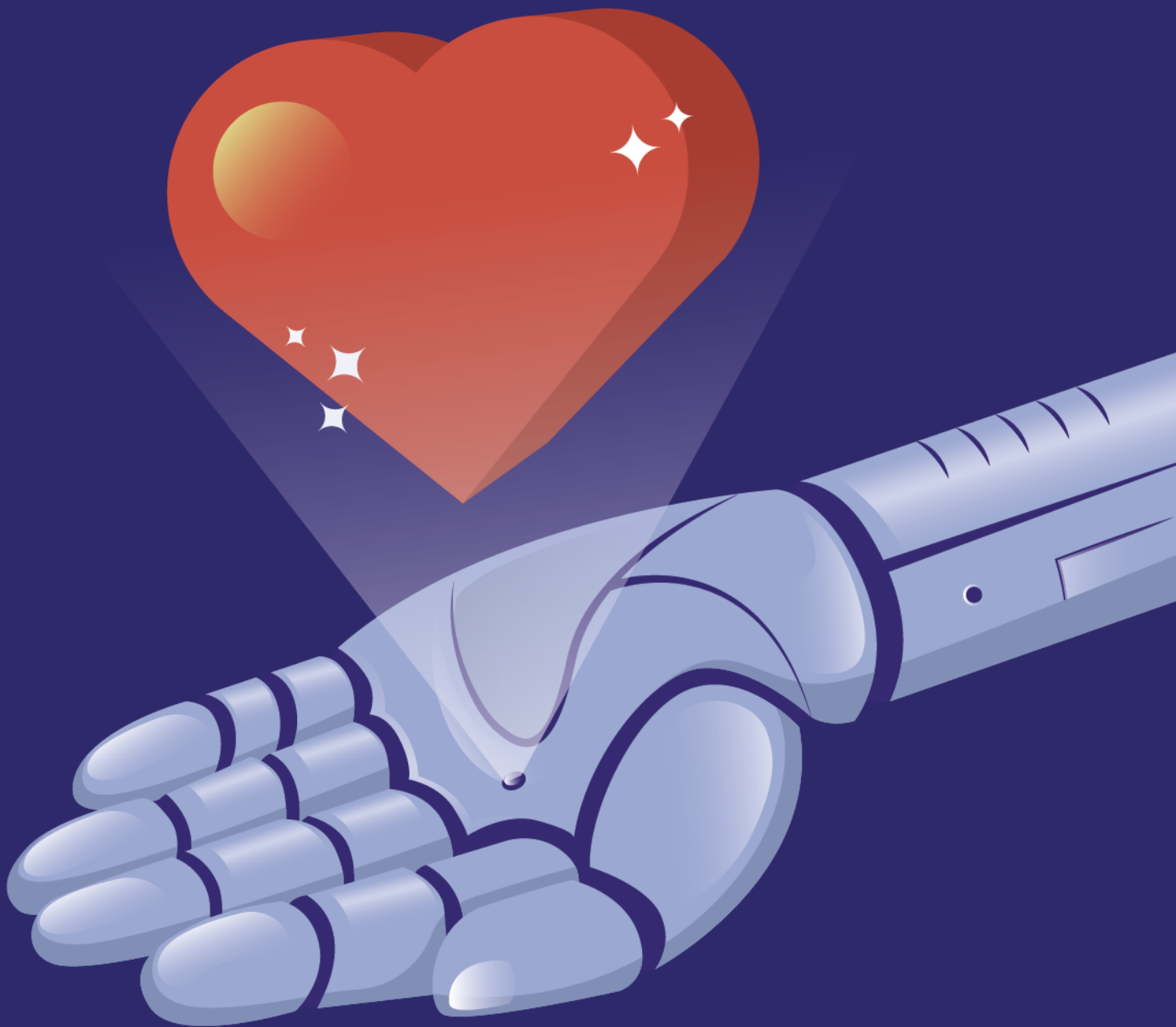


INTELIGENCIA DE VIDA: TECNOLOGÍAS DISRUPTIVAS PARA POTENCIAR LA SALUD Y EL BIENESTAR HUMANO

Isaac Pérez Yunis



Resumen

En la actual era de transformación acelerada, la disrupción trasciende lo tecnológico para convertirse en un imperativo de trascendencia. En este sentido, se analiza cómo las tecnologías disruptivas no solo optimizan la eficiencia operativa, sino que actúan como catalizadores de la Inteligencia de Vida. Esta facultad superior integra las dimensiones racional, emocional y espiritual, permitiendo al ser humano navegar la incertidumbre con un propósito consciente. Bajo una óptica de gestión moderna, se propone un cambio de paradigma: el “tiempo con propósito”, donde la automatización y el teletrabajo liberan espacios para el bienestar integral y el crecimiento existencial. Se concluye que la verdadera innovación debe ser ética e inclusiva, transformando los datos en sabiduría para cerrar brechas sociales. Al alinear la vanguardia digital con la esencia del ser humano, se construyen organizaciones resilientes y vidas en plenitud, alcanzando el máximo potencial físico, mental y espiritual en un mundo en constante devenir.

—

Hasta 2020 ya se observaban cambios en la forma en que las personas trabajaban, interactúan y vivían; no obstante, estos procesos se volvieron notablemente más intensos con la llegada de la pandemia. La adopción generalizada del teletrabajo, la rápida digitalización y el cambio en las prioridades profesionales y personales demostraron que estamos viviendo una revolución tecnológica y cultural sin precedentes (DCH, 2022).

En este contexto, el término “disrupción” representa más allá de un cambio drástico o ruptura de modelos tradicionales, da la oportunidad para repensar cómo vivimos, trabajamos y cuidamos nuestra salud. A lo largo de la historia, ha habido momentos de quiebre que propician nuevas formas de interacción, lo que desafía el planteamiento de posturas diversas para entender el mundo, complejizado, además, por la velocidad de los cambios para su análisis y propuestas de atención.

Como afirma Mark Zuckerberg, cofundador y CEO de Facebook, dos tercios de los objetos y productos que consumimos hoy en día no existían hace veinte años (CEPRAM, 2023). Esta rápida evolución tecnológica está transformando todos los aspectos de nuestra existencia: desde cómo vivimos hasta cómo nos relacionamos y cómo atendemos el bienestar humano.

Las tecnologías están revolucionando modelos tradicionales de salud y bienestar, abriendo nuevas vías para mejorar la calidad de vida de todos, la innovación promueve la eficacia operativa, personaliza los tratamientos médicos y en ciertos casos, facilita el acceso a los servicios de salud a distancia además fomenta estilos de vida más saludables, al respecto Carames (2023) define la inteligencia de vida como la capacidad de un individuo para tomar decisiones reflexivas e informadas que promuevan su bienestar general y de aquellos con quienes interactúa en diversos escenarios.

El término “**inteligencia de vida**” se refiere a una forma de pensar que integra

tres dimensiones fundamentales: racional, emocional y espiritual (Asensio, 2020) integración que apremia la pausa consciente ante la toma de decisiones; la inteligencia racional implica pensar críticamente; la inteligencia emocional busca la gestión eficaz de las emociones propias y ajenas y finalmente, la inteligencia espiritual, la cual invita a concientizar sobre nuestro propósito existencial y a establecer conexiones profundas con los valores y formas sociales de coexistencia; señalando por tanto que la suma de estas inteligencias forma un marco holístico para vivir con propósito, adaptarse a los cambios continuos y mantener relaciones saludables, todo lo cual es esencial para superar los desafíos actuales relacionados con la salud mental, física y emocional. Por su parte, Caramés Paz (2023) la refiere como una capacidad para vivir con propósito responsable, manteniendo una consciencia activa de cada momento, lo cual implica una existencia que produzca utilidad, conexión auténtica y desarrollo personal constante.

Por tanto, ¿las tecnologías emergentes mejoran la inteligencia de vida?, la respuesta es afirmativa respecto a la integración de conocimientos, emociones y valores para la toma de decisiones orientadas al bienestar integral, sin embargo esto no es automática ni universal, se sabe de los sesgos para el acceso a tecnologías como IA, internet de las cosas entre otras, para ampliar la disposición de la información, optimización de diagnósticos médicos y promoción de hábitos saludables mediante soluciones personalizadas para la autogestión de la salud.

No obstante, este impacto favorable depende de factores éticos, educativos y sociales, ya que el uso indiscriminado o comercial de estas tecnologías puede derivar en dependencia, pérdida de autonomía o vulneración de la privacidad, por otro lado cabe señalar que si no se integran en un marco de valores humanistas, corren el riesgo de priorizar la eficiencia tecnológica sobre el desarrollo integral del ser humano, motivo por el cual el verdadero potencial de las tecnologías emergentes para mejorar la inteligencia de vida radica en su apropiación crítica, regulada y orientada a fines éticos y sostenibles, pues tal y como señalan González y Ramírez (2021) “las tecnologías emergentes solo pueden considerarse aliadas del bienestar humano cuando se diseñan e implementan desde una perspectiva centrada en la persona, respetando su dignidad y promoviendo la equidad en su acceso” (p. 87).

La realidad virtual (RV), por ejemplo, está transformando los procesos terapéuticos y educativos relacionados con el bienestar emocional, ésta permite crear entornos inmersivos que facilitan la relajación, el control del estrés y la práctica de mindfulness, accesibles desde cualquier lugar, lo que elimina barreras geográficas y económicas, favoreciendo el aprendizaje experiencial en hábitos saludables y técnicas de autocuidado y ampliando las posibilidades de intervención para mejorar la salud mental, al respecto, se han documentado casos exitosos para tratamientos en desórdenes alimenticios, fisioterapias e intervenciones aplicadas a pacientes oncológicos ayudando a reducir dolor y ansiedad mejorando la experiencia de tratamiento.

Estos beneficios no se limitan al plano individual, las organizaciones están incorporando estas innovaciones para construir entornos laborales más saludables. La pandemia evidenció que priorizar el bienestar personal no reduce la productividad; al contrario, puede incrementarla. Por ello, iniciativas como la incorporación de actividades de crecimiento personal, ejercicios físicos o espacios de atención plena en la jornada laboral fortalecen la cultura organizacional, mejoran el compromiso y generan equipos más motivados.

No obstante, este cambio implica replantear los paradigmas tradicionales sobre el uso del tiempo. Gracias a la automatización y el teletrabajo flexible, las personas disponen de más oportunidades para participar en actividades enriquecedoras como aprender nuevas habilidades, realizar voluntariado o fortalecer lazos familiares; este uso consciente del tiempo, facilitado por la tecnología, respalda el principio de la inteligencia de vida, que busca vivir con propósito y equilibrio.

Finalmente señalar que el desarrollo tecnológico conlleva retos éticos significativos, es indispensable garantizar la privacidad de los datos, la transparencia en su uso y la igualdad de acceso para evitar reproducir desigualdades, es por ello, se requiere un enfoque colaborativo entre investigadores, responsables políticos y sociedad civil, si se alinean con una visión humanista y ética, las tecnologías disruptivas pueden revolucionar la salud y el bienestar, permitiendo a las personas vivir de manera más consciente, resiliente y plena en los escenarios complejos de la actualidad.

Referencias

- Asensio, A. (8 de junio de 2020). ¿Qué es la inteligencia de vida? [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://vidasenpositivo.com/que-es-la-inteligencia-de-vida/>
- Caramés, J. C. (2023). Inteligencia de vida para alcanzar el mínimo de cien. Edición en español.
- Caraméz Paz, J.C. (2023). Inteligencia de vida con propósito responsable. Mis Revistas. Disponible en Amazon.
- DCH (2022). Tendencias Talento 2022. Informe LLYC-DCH. Madrid.
- González, P., & Ramírez, L. (2021). Tecnologías emergentes y bienestar humano: retos éticos y oportunidades. Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología y Sociedad, 16(47), 80-95.
- ICEMD (2022). (5 de septiembre 2022). Industria 5.0: lo que significa y sus beneficios. <https://icemd.esic.edu/knowledge/articulos/industria-5-0-lo-que-significa-y-sus-beneficios/>
-
- Isaac Charbel Pérez Yunis.** Abogado, Licenciado en Relaciones Industriales, Ingeniero en Procesos Industriales, Magister en Administración de Empresas, Magister en Ciencia Política y Administración Pública, Doctor en Gerencia, Doctor en Derecho, Profesor de pregrado y posgrado en Facultad de Ciencias Económicas y Sociales (FaCES) de la Universidad de Carabobo, Investigador del Centro de Investigación y Desarrollo de la Pequeña y Mediana Empresa y la Microempresa del Estado Carabobo (CIDPyMESMicro) adscrita a la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales de la Universidad de Carabobo. Más de 20 años de experiencia en la industria manufacturera ocupando cargos directivos.